



Bienfaits de l'activité physique adaptée

du 25 au 27 avril 2019

dans 30 établissements de santé

Judi 25 Avril 2019 à la Polyclinique de Lisieux

Pédalons contre le cancer !



De

10h à 16h

Défi kilomètre sur vélo d'appartement dans le hall d'accueil

Stands d'information sur l'Activité Physique Adaptée (APA):

➤ Sport santé + : Martial LANGE / Mme MIGNOT

Initiation à la marche nordique : Départ 10h30 de la Polyclinique vers l'Hôpital puis Départ 14h30 de l'Hôpital vers la Polyclinique suivie d'exercices physiques ludiques

➤ Vendredi 26 avril : Mr. Elisabeth, éducateur médico sportif (**RevelActeur Sport**) vous proposera une initiation à la pratique de la gymnastique douce dès 15h00

⇒ Si vous souhaitez faire des dons , vous retrouverez les urnes à l'accueil de la polyclinique ainsi que dans les pharmacies de Lisieux (un don = un bracelet).

